



# CAMPEONATO BRASILEIRO DE GINÁSTICA ACROBÁTICA 2019

## GENERALIDADES

### Artigo 1: PARTICIPAÇÃO

- 1.1 Não há limite de pares ou grupos inscritos por categoria em qualquer evento.
- 1.2 Cada atleta deve competir em somente uma disciplina e em apenas uma categoria.

### Artigo 2: EVENTOS

- 2.1 Serão cinco categorias: Pré-infantil, Infantil, Juvenil, Intermediário e Adulto.

Pré-Infantil	9 a 15 anos	Nascidos de 2010 a 2004
Infantil	11 a 16 anos	Nascidos de 2008 a 2003
Juvenil	12 a 18 anos	Nascidos de 2007 a 2001
Intermediário	13 a 19 anos	Nascidos de 2006 a 2000
Adulto	Nascidos até 2004	
- 2.2 A idade do competidor é definida pelo seu ano de nascimento, considerando dia 01/jan/2019 até dia 31/12/2019. Por exemplo, um ginasta que faz 16 anos em 29 de dezembro de 2019 é considerado com 16 anos durante todo o ano, de 1 janeiro até 31 de dezembro.  
Obs.: Pares e grupos que mudarão de categoria no ano seguinte da competição poderão competir em uma categoria acima de sua idade para preparar-se para o ano seguinte.
- 2.3 A competição incluirá 5 disciplinas em cada categoria:

Pares Femininos	Grupos Femininos
Pares Masculinos	Grupos Masculinos
Pares Mistos	
- 2.4 Para as categorias Juvenil, Intermediário e Adulto, a competição será dividida em Fase Classificatória e Fase Final.

Na Fase Classificatória cada par/grupo deve apresentar um exercício Estático e um Exercício Dinâmico.

A classificação é determinada pela soma das notas dos dois exercícios apresentados (Estático e Dinâmico).

Os 5 primeiros colocados classificam-se para a final. Se houver menos que 5 pares/grupos participantes por categoria, somente 3 irão para a final.

Na Fase Final, cada par/grupo deve apresentar um Exercício Combinado. A competição começa do zero e empates não podem ser quebrados.



Competidores não podem participar da Final sem competirem em ambos os exercícios na Fase Classificatória (Estático e Dinâmico).

Critério de Desempate da Fase Classificatória para Fase Final:

- 1) A maior soma da Nota de Execução Técnica dos Exercícios (Estático e Dinâmico);
- 2) Prevalecendo o empate, o empate não será quebrado.

### Artigo 3: PREMIAÇÃO

#### Por prova:

Serão premiados do 1º. ao 3º. Lugar por disciplina em cada categoria considerando:

- Pré-infantil: média da soma das notas finais dos dois Exercícios Combinados apresentados;
- Infantil: nota do Exercício Estático ou Dinâmico, conforme pré-determinado pela FIG, respeitando o artigo 4.8 do Regulamento Internacional para Grupo de idades (World Age Group Rules);
- Juvenil: nota final do Exercício Combinado apresentado na Fase Final;
- Intermediário: nota final do Exercício Combinado apresentado na Fase Final;
- Adulto: nota final do Exercício Combinado apresentado na Fase Final.

**Obs.:** todos os atletas que não forem classificados entre os três primeiros receberão medalha de participação.

#### Equipe:

Serão premiados com troféus de Campeões Brasileiros os três primeiros colocados que obtiverem maior somatória. Este valor será obtido somando as 3 (três) maiores médias, independente da disciplina (par ou grupo) e sendo uma média de cada categoria. Exemplo: uma média da Categoria Pré-infantil, uma média da Categoria Infantil e uma média da Categoria Adulto.

#### CONTABILIZAÇÃO DAS MÉDIAS:

- Pré-Infantil: média das notas finais dos exercícios combinados apresentados;
- Demais categorias: média das notas finais dos exercícios apresentados na **Fase Classificatória** (Estático e Dinâmico).

#### 3.1 Desempate das categorias Inf., Juv., Int. e Adulto:

3.1.1) A soma da Nota de Execução Técnica e Artística de todos os exercícios.

3.1.2) A nota mais alta da Execução Técnica + Artística vindo dos Exercícios Estático e Dinâmico.

3.1.3) A nota mais alta da Execução Técnica vindo dos Exercícios Estático e Dinâmico.

3.1.4) A nota mais alta da Execução Artística vindo dos Exercícios Estático e Dinâmico.

3.1.5) Se um empate ainda permanecer, ambos serão premiados na mesma classificação.



- 3.2 Desempate da categoria Pré-Infantil:
- 3.2.1) Média da Nota de Execução Técnica.
  - 3.2.2) Média da Nota Artística.
  - 3.2.3) Se um empate ainda prevalecer, ambos serão premiadas na mesma categoria.

**OBSERVAÇÕES:**

- 1. Se a banca de arbitragem for composta de 3 árbitros será cortada a nota mais alta e mais baixa. A nota final será a do meio.
- 2. O diagrama em extensão PDF deverá ser enviado com 7 dias de antecedência à competição através do email **acrodeise@uol.com.br**. Ex.: se o primeiro dia de treino de pódio ocorrer dia 08 de outubro, o diagrama deverá ser entregue até dia 01 de outubro. Após esta data cada diagrama receberá uma penalidade de 0,3 pontos aplicada pelo CPJ.
- 3. Pequenas alterações nos diagramas poderão ser realizadas até o 1º dia de competição, porém haverá uma penalidade de 0,3 pontos. Estas mudanças poderão ocorrer nos seguintes casos: 1- Falta do valor de dificuldade em qualquer parte do diagrama; 2- Falta do número da página do exercício; 3- Falta do número do elemento na tabela de dificuldade; 4- Falta do tempo da manutenção; 5- Ordem de elementos incorreta; 6- Elementos de pares/grupos e/ou elementos individuais declarados a mais ou a menos. Casos diferentes aos descritos não serão permitidos.
- 4. As equipes deverão respeitar os horários dos treinos de pódio, não juntando atletas que competem Torneio Nacional com atletas que competem o Campeonato Brasileiro (ou vice-versa) ou de outros rodízios.
- 5. Apenas os profissionais descritos na inscrição da equipe poderão acompanhar os atletas nas diferentes áreas de competição do evento.

**CATEGORIA PRÉ-INFANTIL**  
**Regulamento Específico**

**Artigo 4: COMPOSIÇÃO DO EXERCÍCIO**

**Regras Gerais**

- 4.1 Cada Par ou Grupo deve apresentar um Exercício Combinado na qual deve ser coreografado e executado com música.
- 4.2 O Exercício não deve exceder 2'30" de música.
- 4.3 Pares - Escolher 2 elementos estáticos da Tabela Específica de Age Group 11-16 + 1 elemento estático opcional da Tabela da FIG e 2 elementos dinâmicos da Tabela Específica de Age Group 11-16 + 1 elemento dinâmico opcional da Tabela da FIG, totalizando 3 elementos estáticos e 3 elementos dinâmicos.  
Grupos - Escolher 1 elemento estático da Tabela Específica de Age Group 11-16 + 1 elemento estático opcional da Tabela da FIG e 2 elementos dinâmicos da Tabela Específica de Age Group 11-16 + 1 elemento dinâmico opcional da Tabela



FIG, totalizando 2 elementos estáticos e 3 elementos dinâmicos.

Obs.: o elemento estático opcional pode ser selecionada da mesma categoria usada no elemento compulsório.

Elemento individual - 2 elementos escolhidos da tabela de equilíbrios, flexibilidades ou agilidades da Tabela de Dificuldade da FIG + 2 elementos de tumbling da Tabela de Dificuldade da FIG, totalizando 4 elementos individuais por atleta. Não é obrigatória a execução de um mortal como elemento individual.

- 4.4 Se elementos adicionais são executados haverá uma dedução de 1.0 ponto.
- 4.5 Execução de elementos proibidos resultará numa penalidade de 1.0 ponto. Consideram-se elementos proibidos os mesmos determinados pela FIG para o Age Group.
- 4.6 A aterrissagem de todos os elementos dinâmicos deve ser auxiliada. Se a aterrissagem for executada sem auxílio, uma penalidade de 1.0 ponto será aplicada por cada ocorrência.
- 4.7 O valor de Dificuldade do exercício será calculada igual à Categoria Infantil (Age Group 11-16).
- 4.8 A Nota Total será determinada somando:
- A média da nota Técnica multiplicada por 2 (Execução ou Nota E)
  - A média da nota Artística (Artística ou Nota A)
  - O Valor de Dificuldade do exercício (Nota D)

**NOTA TOTAL = NOTA E + NOTA A + NOTA D**

- 4.9 Penalidades do CPJ e JD são aplicadas na Nota Total de acordo com o Código de Pontos da FIG.

**Nota Total – Penalidades = Nota Final**

## **CATEGORIA INFANTIL** **Regulamento Específico**

### **Artigo 5: COMPOSIÇÃO DO EXERCÍCIO**

#### **Regras Gerais**

- 5.1 Cada par e grupo deve apresentar um Exercício Estático e um Exercício Dinâmico. Cada exercício é composto de elementos compulsórios e opcionais e deve ser coreografado e executado com música.
- 5.2 O Exercício não deve exceder 2'00" de música.
- 5.3 Cada par/grupo, em um exercício, deve executar elementos obrigatórios

ilustrados na Tabela de Elementos Obrigatórios da FIG e elementos opcionais.

- 5.4 Cada par/grupo deve executar número requerido de elementos opcionais. Os elementos opcionais não podem ser pegos da Tabela de Elementos Obrigatórios. O elemento opcional deve ser selecionado do Appendix 4 ou da Tabela de Dificuldade da FIG. Se elementos são selecionados da Tabela de Dificuldade, eles devem estar dentro da variação indicada na Tabela de dificuldade Compulsória.

Disciplina	Estático	Dinâmico	Elemento Individual
Dupla Feminina*	Min 1v – Max 9v	Min 1v – Max 14v	Min 1v – Max 10v
Dupla Masculina	Min 1v – Max 9v	Min 1v – Max 14v	
Dupla Mista	Min 1v – Max 9v	Min 1v – Max 14v	
Grupo Feminino	Min 4v – Max 16v	Min 1v – Max 14v	
Grupo Masculino	Min 4v – Max 16v	Min 1v – Max 10v	

*\*The co-efficient normally applied for WP/WG balance and dynamic does not apply for 11-16*

De acordo com artigo 10.9 das Regras de Competição para Age Group da FIG (World Age Group Competition Rules), estes elementos, quando usados para RE, devem estar claramente identificados no diagrama como ELEMENTO OPCIONAL e obedecer às regras de identificação abaixo:

- Se selecionados do Appendix 4, devem conter em sua descrição “Appendix 4”, o número da página, ID number e valor de dificuldade;
- Se selecionados da Tabela de Dificuldade (TOD), devem conter em sua descrição o número da página, ID number e valor de dificuldade.

- 5.5 Cada parte de um par ou grupo deve executar um mínimo de três (3) elementos individuais em ambos os exercícios (Estático e Dinâmico). Os elementos devem ser selecionados do Appendix 3 ou da Tabela de Dificuldade. Importante: não se pode utilizar elementos individuais de equilíbrio, flexibilidade e agilidade no exercício dinâmico, assim como não se pode utilizar elementos individuais de tumbling no exercício estático. Exceção apenas para a utilização do Rodante no exercício estático antecedendo exercícios individuais de agilidade.
- 5.6 Construções simples, motions, links, catches e desmontes simples são permitidos. Estes elementos devem ser selecionados da Tabela de Elementos Obrigatórios, Appendix 4 ou do TOD da FIG. Não exceder  $V=5$ ,  $\frac{3}{4}$  de rotação ou mais de  $360^{\circ}$  de pirueta.
- 5.7 Uma penalidade de 0,3 é aplicada por Diagrama incorreto quando um elemento for realizado em ordem incorreta, um elemento for diferente do declarado, apresentar falta de informação do exercício (página, identificação, valor, rotações, determinação do tempo de manutenção nos elementos acrobáticos e individuais). Elementos adicionais executados e não identificados no Diagrama receberá uma dedução de 1,0 ponto.
- 5.8 Uma penalidade de 1.0 ponto é aplicada quando:
- Um par/grupo ou elemento individual exceder o valor máximo determinado.
  - Um elemento simples conforme artigo 5.6 exceder o número máximo de

rotações, piruetas ou valor máximo 5.

- Um elemento proibido for realizado.

Esta penalidade é aplicada por cada violação, mesmo se o elemento realizado não estiver declarado no diagrama.

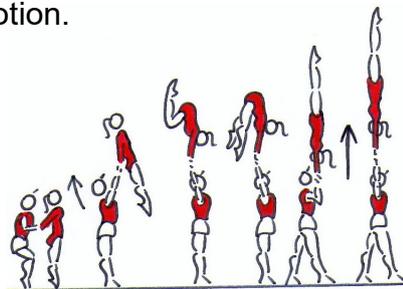
5.9 Somente 2 desmontes são permitidos por dificuldade. Um desmonte adicional pode ser executado como um elemento adicional. A aterrissagem de todos os elementos dinâmicos de valor e desmontes avaliados com um valor maior do que 1 devem ser auxiliados. Se a aterrissagem for executada sem ajuda, uma penalidade de 0,5 será aplicada por cada ocorrência.

Exceção: Auxílio é opcional para o desmonte vindo do elemento “cannon-ball” e o 5/4 gainer mortal grupado.

5.10 Por razões de desenvolvimento, nos elementos estático e dinâmico de pares e grupos, a parada de mãos pode ser executada com pernas afastadas ou unidas. Não existe identificação específica para a posição das pernas no diagrama.



5.11 Elementos em movimentos vindo a meio braço para braço estendido, como indicado na Tabela compulsória, podem ser executados primeiro a meio braço depois mover para parada de mãos altas como um motion, mas a posição baixa deve ser incluída no motion.



## Artigo 6: PARES - Exercícios Estático e Dinâmico

6.1 Cada exercício (estático e dinâmico) de pares deve incluir 6 elementos de pares.

6.2 Cada ginasta deve executar três elementos individuais para o exercício de equilíbrio e para o exercício dinâmico.

No exercício estático, cada ginasta deve executar obrigatoriamente 1 flexibilidade, 1 equilíbrio e 1 agilidade selecionadas do Appendix 3 ou do TOD. Se este requerimento especial não for cumprido uma penalidade de 1,0 é aplicada.

No exercício dinâmico, cada ginasta deve executar 3 elementos individuais de tumbling selecionados da Appendix 3 ou do TOD e um deles tem que ser mortal.

- 6.3 Devem conter quatro (4) elementos obrigatórios de pares, cada um selecionado de diferentes linhas (Row I, II, III e IV) da Tabela de Elementos Obrigatórios. Exemplo: um do Row I, um do Row II etc.
- 6.4 O exercício estático deve conter um máximo de dois (2) elementos opcionais com mínimo de valor (1) selecionado do Appendix 4 ou da Tabela de Dificuldade da FIG (ver regra Geral 5.4). Os dois (2) elementos opcionais devem ser estáticos e mantidos por 3 segundos.
- 6.5 No exercício estático, a dificuldade dos elementos opcionais deve ter um valor mínimo 1 e máximo 9.
- 6.6 No exercício dinâmico, a dificuldade dos elementos opcionais deve ter um valor mínimo 1 e máximo 14.

### Artigo 7: GRUPOS - Exercício Equilíbrio

- 7.1 Exercícios de Equilíbrio em Grupo devem incluir três (3) pirâmides diferentes.
- 7.2 Cada ginasta deve executar três (3) elementos individuais, sendo 1 agilidade, 1 equilíbrio e 1 flexibilidade selecionados do Appendix 3 ou do TOD.
- 7.3 Duas (2) pirâmides, cada uma selecionada de diferentes linhas (row) da Tabela de Elementos Obrigatórios devem ser incluídas. As pirâmides devem ser executadas em construções separadas.
- 7.4 Um máximo de uma (1) pirâmide opcional selecionada Appendix 4 ou da Tabela de Dificuldade da FIG, com um mínimo de dificuldade no valor 4 e um máximo de dificuldade no valor de 16 deve ser realizada para a manutenção estática de todos os ginastas. Esta pirâmide deve ser realizada em construções separadas.
- 7.5 A pirâmide opcional executada pode ser selecionada da mesma categoria a qual foi usada dos elementos compulsórios.
- 7.6 Elementos proibidos para Grupos:

1. Uma coluna de três ou quatro alturas.



2. Ficar de pé nos ombros com a base no espacato sem as mãos no chão.

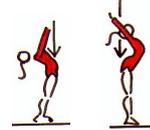


3. Ficar em pé no quadril ou peito da base, com a base na ponte, quando houver somente dois pontos de suporte.



(A regra não se aplica para os pares.) Este tipo de elemento pode ser executado quando houver três pontos de suporte.

4. Suporte de quadril ou glúteos com a base na curvatura exagerada da coluna (lordose).



## Artigo 8: GRUPOS - Exercício Dinâmico

- 8.1 O exercício dinâmico em grupo deve incluir seis (6) elementos de grupo.
- 8.2 Cada ginasta deve executar três (3) elementos individuais de tumbling selecionados do Appendix 3 ou do TOD. Um dos elementos deve ser um mortal. Penalidade de 1,0 ponto.
- 8.3 Quatro (4) elementos de grupo selecionados de diferentes linhas (row) da Tabela de Elementos Obrigatórios, exemplo: um da Row I, um da Row II etc.
- 8.4 Dois (2) elementos opcionais de grupo selecionado do Appendix 4 ou da Tabela de Dificuldade da FIG com um mínimo de dificuldade valor 1 e um valor máximo de dificuldade 14 para o feminino e 10 para o masculino.
- 8.5 Row I - Dinâmico dos Grupos Femininos: A pirueta com 360°/540° na horizontal não pode ser usada como um elemento opcional.
- 8.6 Um total de três (3) catches horizontais podem ser executados no exercício dinâmico feminino. Embora, penalidades artísticas para a recepção de elementos executados serão aplicadas.
- 8.7 Grupos masculinos podem executar um (1) catch horizontal selecionado do Elemento Compulsório. Um (1) catch horizontal como um elemento opcional da Appendix 4 ou da Tabela de Dificuldade da FIG.

## Artigo 9: ELEMENTOS INDIVIDUAIS

- 9.1 Ginastas devem executar 3 elementos individuais simultâneos ou em imediata sucessão.
- 9.2 O elemento individual pode ser selecionado do Appendix 3 ou da FIG TOD. Elementos Individuais selecionados da Tabela de Dificuldade da FIG não devem exceder valor 10.  
ATENÇÃO: No exercício estático o rodante pode ser usado várias vezes antecedendo os elementos de agilidade, embora no exercício dinâmico pode ser usado somente **uma** vez.



**Artigo 10: JULGAMENTO - Execução e Artístico**

- 10.1 A ênfase da competição está em uma perfeita execução técnica e artística mais que a dificuldade.
- 10.2 Os exercícios são julgados pelo mérito Técnico e Artístico, de acordo com o Código de Pontos da FIG. (Appendix 1)  
Atenção às especificidades para diagramas na categoria Infantil determinadas pela FIG no artigo 10.9 das Regras de Competição para Age Group da FIG (World Age Group Competition Rules).
- 10.3 Cada elemento escolhido da Tabela de Dificuldade OBRIGATÓRIA tem um nível de valor de dificuldade, que será usado para determinar o Valor de Dificuldade do exercício.
- 10.4 Elementos opcionais não são usados no cálculo do valor de Dificuldade do exercício, embora eles devem ser executados para Requerimentos Especiais.
- 10.5 O valor de Dificuldade do exercício é calculado de acordo com o valor de dificuldade dos elementos realizados (valor máximo 0,5):

Valor dos Elementos Compulsórios
0,0
0,1
0,2
0,3
0,4
0,5

- 10.6 A Nota Total será determinada somando:
- A média da nota Técnica multiplicada por 2 (Execução ou Nota E)
  - A média da nota Artística (Artística ou Nota A)
  - O Valor de Dificuldade dos elementos obrigatórios (Nota D)
  - Se a banca de arbitragem estiver composta de 3 árbitros será realizado o corte da nota mais alta e da mais baixa. A nota final será a do meio.

NOTA TOTAL = NOTA E + NOTA A + NOTA D

- 10.7 Penalidades do CPJ e JD são aplicadas na Nota Total de acordo com o Código de Pontos da FIG. (Appendix 1)

Nota Total – Penalidades = **Nota Final**



**CATEGORIA JUVENIL**  
**Regulamento Específico**

**Artigo 11: ESTRUTURA DA COMPETIÇÃO**

**Fase Qualificatória**

- 11.1 Cada par e grupo executam um Exercício Estático e um Exercício Dinâmico.
- 11.2 O exercício estático tem o tempo máximo da música de 2'30" e para o exercício dinâmico 2'.

**Fase Final**

- 11.3 Cada par e grupo executam um Exercício Combinado. (Ver Artigo 2.4)

**Artigo 12: COMPOSIÇÃO DO EXERCÍCIO**

**Regras Gerais**

- 12.1 Todos os exercícios (Estático, Dinâmico e Combinado) são compostos de acordo com o Regulamento Técnico da FIG, Código de Pontos e Tabela de Dificuldades da Ginástica Acrobática.
- 12.2 A Dificuldade de um exercício será calculada de acordo com o Código de Pontos da FIG e a tabela de dificuldade (TOD).  
Estática – 80  
Dinâmica – 70  
Combinada – 100
- 12.3 A Dificuldade é estritamente limitada. Pares/grupos podem executar até 20 valores a mais do que dado para o máximo de dificuldade. Se ele exceder 20 valores será aplicada uma penalidade de 1.0.
- 12.4 Se elementos de Dificuldade adicionais não forem declarados no Diagrama mas são executados, uma penalidade de 1.0 será aplicada, com exceção de simples entradas ou saídas até valor 5.
- 12.5 No Exercício Estático cada ginasta deverá executar três (3) elementos individuais (1 agilidade, 1 equilíbrio e 1 flexibilidade). Se este requerimento não for cumprido uma penalidade de 1,0 ponto será aplicada.
- 12.6 No Exercício Dinâmico, cada ginasta deverá executar 3 elementos individuais (tumbings). Se este requerimento especial não for cumprido uma penalidade de 1,0 ponto será aplicada. Um deles deve ser mortal. Se este requerimento não for cumprido 1,0 ponto de desconto.  
Esclarecimento: caso um par/grupo realizam apenas 2 (dois) elementos individuais onde nenhum deles é um mortal são aplicadas duas penalidades de 1,0 ponto: 1 por faltar 1 elemento individual e 1 por não realizar um mortal.



12.7 No Exercício Combinado, cada ginasta deverá executar três (3) elementos individuais. Se este requerimento especial não for cumprido uma penalidade de 1,0 ponto será aplicada. Um deles deve ser mortal, selecionado da tabela de agilidades ou tumbling. Se este requerimento não for cumprida 1,0 ponto de desconto.

### Grupo Masculino

12.8 Durante todo o exercício o Top pode estar em uma posição sem valor duas vezes e em pirâmide com construções separadas.

12.9 Pirâmides com 2 bases no chão podem ser usadas 2 vezes em todo o exercício.

12.10 Uma pirâmide com 2 bases no chão pode ser usada para requerimento especial. Embora crédito de dificuldade poderá ser dado por uma pirâmide de transição com 2 bases no chão e uma pirâmide separada com 2 bases no chão.

12.11 Elementos Estáticos proibidos para grupos:  
(Imagens ilustrativas no artigo 7.6)

1. Uma coluna de três alturas para mulheres ou quatro alturas para homens.
2. Ficar em pé nos ombros com a base no espacato sem as mãos apoiadas no chão.
3. Ficar em pé no quadril ou peito das bases, com a base na ponte, quando houver somente dois pontos de suporte. (A regra não se aplica para pares.) Este tipo de elemento pode ser executado quando houver três pontos de suporte.
4. Suporte de quadril ou glúteo com a base em exagerada curvatura da coluna (lordose).

12.12 Elementos dinâmicos proibidos de pares e grupos:

1. Mortal com rotação de 12/4 ou mais.

### Artigo 13: JULGAMENTO

13.1 Todos os exercícios são julgados de acordo com o Código de Pontos da FIG de Ginástica Acrobática e o Regulamento Técnico.

13.2 A Nota Total será determinada somando:

- A média da nota Técnica multiplicada por 2 (Execução ou Nota E)
- A média da nota Artística (Artística ou Nota A)
- O Valor de Dificuldade dos elementos obrigatórios (Nota D)
- Se a banca de arbitragem estiver composta de 3 árbitros será realizado o corte da nota mais alta e da mais baixa. A nota final será a do meio.

NOTA TOTAL = NOTA E + NOTA A + NOTA D

13.3 Penalidades do CPJ e JD são aplicadas na Nota Total de acordo com o Código de Pontos da FIG. (Appendix 1)

Nota Total – Penalidades = **Nota Final**



**CATEGORIA INTERMEDIÁRIO**  
**Regulamento Específico**

**Artigo 14: COMPOSIÇÃO DO EXERCÍCIO**

- 14.1 Todos os exercícios (Estático, Dinâmico e Combinado) são compostos de acordo com o Regulamento Técnico da FIG, Código de Pontos e Tabela de Dificuldades da Ginástica Acrobática.
- 14.2 A Dificuldade de um exercício será calculada de acordo com o Código de Pontos da FIG e a Tabela de Dificuldade (TOD).  
Estática – 120  
Dinâmica – 110  
Combinada – 140
- 14.3 A Dificuldade é estritamente limitada. Pares/grupos podem executar até 20 valores a mais do que dado para o máximo de dificuldade. Se ele exceder 20 valores será aplicada uma penalidade de 1,0 ponto.
- 14.4 Se elementos de Dificuldade adicionais não forem declarados no Diagrama, mas são executados, uma penalidade de 1.0 será aplicada. Exceção de simples entradas ou saídas até valor 5.
- 14.5 No exercício estático cada ginasta deverá executar três (3) elementos individuais (1 agilidade, 1 equilíbrio e 1 flexibilidade). Se este requerimento não for cumprido 1,0 ponto de desconto.
- 14.6 Em um exercício dinâmico, cada ginasta deverá executar 3 elementos individuais (tumbling). Se este requerimento especial não for cumprido uma penalidade de 1,0 ponto será aplicada. Um deles deve ser mortal. Se este requerimento não for cumprido haverá 1,0 ponto de desconto.  
Esclarecimento: caso um par/grupo realizam apenas 2 (dois) elementos individuais onde nenhum deles é um mortal são aplicadas duas penalidades de 1,0 ponto: 1 por faltar 1 elemento individual e 1 por não realizar um mortal.
- 14.7 No Exercício Combinado, cada ginasta deverá executar três (3) elementos individuais. Se este requerimento especial não for cumprido uma penalidade de 1,0 ponto será aplicada. Um deles deve ser mortal, selecionado da tabela de agilidades ou tumbling. Se este requerimento não for cumprido haverá 1,0 ponto de desconto.

**Grupo Masculino**

- 14.8 Durante todo o exercício o Top pode estar em uma posição sem valor duas vezes e em pirâmide com construções separadas.
- 14.9 Pirâmides com 2 bases no chão podem ser usadas 2 vezes em todo o exercício.



14.10 Uma pirâmide com 2 bases no chão pode ser usada para requerimento especial. Embora crédito de dificuldade poderá ser dado por uma pirâmide de transição com 2 bases no chão e uma pirâmide separada com 2 bases no chão.

14.11 Elementos Estáticos proibidos para grupos:

(Imagens ilustrativas no artigo 7.6)

1. Uma coluna de três alturas para mulheres ou quatro alturas para homens.
2. Ficar em pé nos ombros com a base no espacato sem as mãos apoiadas no chão.
3. Ficar em pé no quadril ou peito das bases, com a base na ponte, quando houver somente dois pontos de suporte. (A regra não se aplica para pares.) Este tipo de elemento pode ser executado quando houver três pontos de suporte.
4. Suporte de quadril ou glúteo com a base em exagerada curvatura da coluna (lordose).

14.12 Elementos dinâmicos proibidos de pares e grupos:

1. Mortal com rotação de 12/4 ou mais.

## Artigo 15: JULGAMENTO

15.1 Todos os exercícios são julgados de acordo com o Código de Pontos da FIG de Ginástica Acrobática e o Regulamento Técnico.

15.2 A Nota Total será determinada somando:

- A média da nota Técnica multiplicada por 2 (Execução ou Nota E)
- A média da nota Artística (Artística ou Nota A)
- O Valor de Dificuldade dos elementos obrigatórios (Nota D)
- Se a banca de arbitragem estiver composta de 3 árbitros será realizado o corte da nota mais alta e da mais baixa. A nota final será a do meio.

NOTA TOTAL = NOTA E + NOTA A + NOTA D

15.3 Penalidades do CPJ e JD são aplicadas na Nota Total de acordo com o Código de Pontos da FIG. (Appendix 1)

Nota Total – Penalidades = **Nota Final**



**CATEGORIA ADULTA**  
**Regulamento Específico**

**Artigo 16: COMPOSIÇÃO DO EXERCÍCIO**

**Regras Gerais**

- 16.1 Todos os exercícios (Estático, Dinâmico e Combinado) são compostos de elementos de pares/grupos característicos do exercício.
- 16.2 O número de elementos para dificuldade é limitado para um máximo de 8 elementos de pares e grupos em todo o exercício.
- 16.3 Existem Requerimentos Especiais para a composição de cada exercício.
- 16.4 Os elementos individuais podem ser executados para o valor de dificuldade, mas eles não são requeridos. Em todos os exercícios o máximo de elementos individuais que pode ser executado para obter valor de dificuldade são três.

**Artigo 17: EXERCÍCIO ESTÁTICO – Características**

- 17.1 Todos os elementos de pares e grupos devem ser selecionados da Tabela de Dificuldade e deve ser mantido por 3 segundos.
- 17.2 Quando um mount e um motion é declarado para crédito de dificuldade, a posição final deve ser mantida por 3 segundos.

**Artigo 18: PARES – Exercício Estático**

- 18.1 Pares e grupos devem executar um mínimo de 5 elementos estáticos com valor mínimo 1 (um).
- 18.2 Uma parada de mãos deve ser executada pelo Top.

**Restrição para pares**

- 18.3 Em um exercício, o Top pode repetir a mesma posição 4 vezes: 2 vezes como manutenção estática e 2 vezes durante o motion de base.
- 18.4 Não mais que 4 elementos para dificuldade pode ser executado em série ou imediata sucessão.
- 18.5 Os bases não podem repetir o mesmo motion no mesmo exercício.
- 18.6 Os bases não podem mudar o ponto de suporte do Top durante o motion.
- 18.7 O Top pode mudar de posição durante o motion de base apenas 1 vez.



## Artigo 19: GRUPOS – Exercício Estático

- 19.1 Deve conter 2 (duas) pirâmides separadas de categorias diferentes.
- 19.2 Deve haver um mínimo de 3 (três) manutenções estáticas de 3 segundos cada.
- 19.3 Deve haver 1 (uma) parada de mãos executada pelo Top.
- 19.4 Por cada requisito não cumprido haverá uma penalidade de 1,0 ponto.

### Restrição para grupos

- 19.5 As transições devem ser realizadas sem desmanchar a pirâmide e ir para o chão e o top tem que estar numa posição de valor (manutenção estática ou motion).
- 19.6 Valor de dificuldade por uma transição é creditado quando feito de 3 segundos de manutenção para 3 segundos de manutenção.
- 19.7 Em um exercício, o Top pode repetir a mesma posição 4 vezes: 2 vezes como manutenção estática e 2 vezes durante uma transição.
- 19.8 Em uma pirâmide estática ou numa pirâmide com no máximo 3 posições-base, o valor de dificuldade é recebido por no máximo 4 manutenções de 3 segundos com a seguinte exceção: em pirâmides de categoria 2 (2 tops trabalhando) permitido no máximo 3 manutenções estáticas.
- 19.9 Máximo 4 pirâmides em todo o exercício (4 construções).
- 19.10 Quando o top, intermediário ou base estiverem em uma posição sem valor de dificuldade, não é dado dificuldade adicional para a posição estática ou motion (exceção: pirâmides com 2 tops trabalhando).

### Esclarecimentos para Grupos

- 19.11 Depois de todos os RE realizados pirâmides adicionais podem ser executadas, porém devem ser de categorias diferentes. Em um exercício estático ou combinado pirâmides de mesmo box devem ser executadas apenas uma vez como uma construção ou como parte de uma pirâmide de transição ou uma pirâmide com 2-3 posições-base.
- 19.12 Em pirâmides com mais de uma posição base a primeira pirâmide base determina a categoria da construção.
- 19.13 Pirâmides de categoria 2 são pirâmides com dois tops trabalhando. Nesta categoria especial, um dos tops pode mudar de posição e receber VD para o motion e nova manutenção estática se o outro top e base não mudar de posição. Embora se o segundo top mudar de posição, recebe VD somente 1 vez (a posição de base é dada somente 1 vez).



19.14 Quando um top se move é considerado um motion. Se os três se moverem separados são considerados 3 motion.

19.15 **Pirâmides de transição:** se um intermediário e/ou base mudar o ponto de suporte para um valor de transição, o valor de dificuldade é dado. Um box da TB deve ser mudado. Para a avaliação da Pirâmide de transição, todo o valor do Base é dado. Em uma pirâmide de transição mas com mais de uma manutenção estática, a maior VD do Base é dado.

19.16 Em uma pirâmide de transição:

- Quando o top não se move durante a transição dos bases, a posição do início do top é usada para determinar o VD do top;
- Quando o top se move durante a transição, o VD da transição é calculado: VD da transição + VD inicial do top + VD da transição + VD da manutenção estática do base;
- O top não pode utilizar um apoio adicional ou suporte durante a transição.

19.17 Não existe um requerimento especial para o top manter a mesma posição durante o motion e no final da pirâmide. Exemplo: o top pode estar em um esquadro durante a transição e, em seguida, ir para a parada de mãos.

## Artigo 20: EXERCÍCIO DINÂMICO – Características

20.1 Deve haver no mínimo 6 elementos de pares e grupos onde 2 devem ser catches. Cada elemento usado para RE deve ter no mínimo valor de dificuldade 1.

### Restrição para Pares e Grupos

20.2 As seguintes restrições afetam o VD do exercício:

- Não mais que 3 desmontes são avaliados para dificuldade;
- Não mais que 3 catches horizontais são avaliados para dificuldade;
- Não mais que 3 links em um exercício são avaliados para dificuldade;
- Não mais que 3 inícios idênticos são avaliados para dificuldade;
- Não mais que 4 inícios idênticos vindo da plataforma são avaliados para dificuldade;
- Não mais que 4 elementos de dificuldade podem ser executados em série ou imediata sucessão;
- Não mais que 5 aterrissagens no chão (desmontes + elementos dinâmicos).

### Restrições adicionais para grupos femininos

20.3 As três devem estar envolvidas para o elemento ser avaliado. Somente assistência para um desmonte não é considerado “as três envolvidas”.

### Restrições adicionais para grupos masculinos

20.4 As seguintes restrições afetam o VD do exercício:

- Se um dos parceiros mudar de posição durante o voo não é considerado elemento idêntico;



- Somente 1 elemento com 2 pares simultaneamente ou imediata sucessão será avaliado para dificuldade;
- Somente um elemento com 3 agindo juntos;
- Somente 1 elemento dinâmico com 1 catch com 3 agindo juntos;
- Somente um catch horizontal;
- Somente 1 elemento com 3 parceiros ativos e o 4º não participa do elemento pode ser realizado para VD. Auxiliar na aterrissagem não é considerado como participação ativa.

## Artigo 21: EXERCÍCIO COMBINADO – Características

21.1 Deve haver no mínimo 6 elementos de pares e grupos e no máximo 8 onde 3 devem ser manutenções estáticas e 3 devem ser elementos dinâmicos, incluindo um catch. Todos com valor mínimo 1.

21.2 Uma parada de mãos deve ser executada pelo top.

### Restrições

21.3 Todas as restrições de estáticos e dinâmicos são aplicadas.

21.4 No exercício combinado, não mais que 2 desmontes são avaliados para dificuldade.

## Artigo 22: JULGAMENTO

22.1 Todos os exercícios são julgados de acordo com o Código de Pontos da FIG de Ginástica Acrobática e o Regulamento Técnico.

22.2 A Nota Total será determinada somando:

- A média da nota Técnica multiplicada por 2 (Execução ou Nota E)
- A média da nota Artística (Artística ou Nota A)
- O Valor de Dificuldade dos elementos obrigatórios (Nota D)
- Se a banca de arbitragem estiver composta de 3 árbitros será realizado o corte da nota mais alta e da mais baixa. A nota final será a do meio.

NOTA TOTAL = NOTA E + NOTA A + NOTA D

22.3 Penalidades do CPJ e JD são aplicadas na Nota Total de acordo com o Código de Pontos da FIG. (Appendix 1)

Nota Total – Penalidades = **Nota Final**